Педагог Семендилова Людмила Михайловна

Наименование образовательного учреждения МБОУ «Гимназия №3» г.Рубцовска Алтайского края

Тематическое планирование 7 класс, Раздел Спортивные и подвижные игры

Авторская программа комплексная про­грамма физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: доктор педагогических наук В. И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич. (М.: Просвещение, 2012. - 9-е изд. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Тип урока** | **Элементы содержания** | **Требования к уровню подготовленности обучающихся** | **Вид контроля** | **Домашнее задание** | **Формируемые УУД у обучающихся** |
| **Баскетбол – 21час** | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 16 | История развития видов спорта  Правила техники безопасности.  Упражнения с мячом | 1 | образовательно-обучающей направленности  Вводный | Баскетбол *.* История развития баскетбола*.* Коротко об игроках и командах, вошедших в историю олимпийского баскетбола .Техника безопасности на занятиях по баскетболу.  Упражнения «жонглирования»мячом  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Знать** историю развития игры баскетбол  **Знать** технику безопасности на занятиях по баскетболу..  **Уметь** выполнить упражнения с мячами | текущий | Реферат по баскетболу  комплекс 1 | **Личностные-** самоопределение  **Регулятивные-** волевая саморегуляция в ситуации затруднения  **Познавательные-**использование знаково-символических средств  **Коммуникативные-**  планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками, аргументация своего мнения и позиции в коммуникации . |
| 17  18  19 | Техника передвижений  стойки ,повороты, остановки  Передвижение приставными шагами бегом ,спиной вперед.  Остановка в шаге и прыжком.  Развитие координационных способностей | 3 | образовательно-обучающей направленности  образовательно-обучающей направленности | Передвижение приставными шагами ,правым, левым боком с ведением мяча.  «Бросок в колонне.  СМГ- то же.  Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом.  СМГ- то же  Развитие координационных способностей. «Передал мяч - садись».Остановка в шаге и прыжком. Эстафеты с мячом  Подвижные игры для развития координационных способностей  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Уметь** выполнять технику передвижений **.Уметь** выполнять технику остановки в условиях учебной и игровой деятельности **.Участвовать** в эстафетах. **Уметь** взаимодействовать со сверстниками в условиях соревнований **Уметь** выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, повороты) **Овладеть** стойкой баскетболиста  **Уметь** играть в подвижные игры | оперативный  оценить технику выполнения  текущий | комплекс 1  Прыжки ч/з скакалку м-100раз  д-150раз | **Личностные-**смыслообразование  **Регулятивные-** волевая саморегуляция в ситуации затруднения  **Познавательные-** использование знаково-символических средств  **Коммуникативные:** планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками |
| 20  21 | Техника ловли и передачи мяча на месте и в движении | 2 | образовательно-обучающей направленности | Комплекс упражнений в движении. . Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивления защитника в парах, тройках, квадрате, круге .Подвижная игра  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Демонстрировать** технику передач двумя руками от груди, одной рукой от плеча **Уметь** выполнять различные варианты передачи мяча  **Уметь** играть в подвижные игры | выполнять передачу мяча | учебник»Физическая культура 5-6-7класс М.Я .Виленский стр.92  комплекс 1 | **Личностные-** смыслообразование **Регулятивные-**фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка ,коррекция **Коммуникативные:** планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками |
| 22  23 | Техники ведение мяча «змейкой» | 2 | образовательно-тренировочной направленности | Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ. Ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движении «змейкой» скорости; ведение с пассивным сопротивлением защитника ведущей и неведущей рукой. Игра в мини- баскетбол  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Уметь** выполнять ведение мяча «змейкой  **Уметь** играть в мини-баскетбол». | текущий | Учебник «Физическая культура 5-6-7класс «М.Я. Виленский стр.91  Подтягивание в висе девочки 18 раз, мальчики 22 раз. | **Личностные-** смыслообразование **Регулятивные-**фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Познавательные-**целеполагание **Коммуникативные-**  аргументация своего мнения и позиции в коммуникации |
| 24  25 | Техника бросков мяча | 2 | образовательно-обучающей направленности | ОРУ с мячом. Ловли и передачи мя, ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника, то же с пассивным противодействием. Игра в мини- баскетбол  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Уметь** выполнять броски одной рукой и двумя руками от груди на месте и в движении **Уметь** играть в мини-баскетбол | текущий | Учебник «Физическая культура 5-6-7класс «М.Я. Виленский стр93  комплекс 1 | **Личностные:** смыслообразование  **Регулятивные:** фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Коммуникативные-** планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками |
| 26  27 | Тактика свободного нападения | 2 | образовательно-обучающей направленности | ОРУ с мячом. Ведения мяча. Ловля и передача мяча. Сочетание приемов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину с расстояния 4.80м. в прыжке. Позиционное нападение с изменением позиций. Игра в мини- баскетбол | **Уметь** выполнять ведение мяча.  **Уметь** выполнять ловлю и передачи мяча  **Уметь** играть в мини-баскетбол | текущий | Сгибание туловища с поворотом (поднимаясь, левым локтем коснуться правого колена и на оборот) 16-18 раз. | **Регулятивные::**. фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Познавательные-** выбор наиболее эффективных способов решения задач **Коммуникативные-** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы; *управление коммуникацией* |
| 28  29 | Вырывание и выбивание мяча. | 2 | образовательно-обучающей направленности | ОР У . Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте. Вырывание мяча и выбивание мяча и перехват Учебная игра  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Уметь** выполнять ведение мяча в движении. **Уметь** выбивать и вырывать мяч  **Уметь** играть в баскетбол | текущий | комплекс 2 | **Личностные-** смыслообразование **Регулятивные-**фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка ,коррекция **Коммуникативные:** планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками |
| 30  31  32 | Тактические действия групповые ,командные | 3 | образовательно-обучающей направленности | ОРУ с мячом. Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом (2:1). Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций Учебная игра  . СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Уметь** применять в игре защитные действия  **Освоить** технические действия в нападении и защите  **Уметь** играть в баскетбол | текущий | Прыжки через скакалку (мальчики 90раз, девочки 110 раз). | **Регулятивные::**. фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Познавательные-** выбор наиболее эффективных способов решения задач **Коммуникативные-** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы; *управление коммуникацией* |
| 33  34 | Взаимодействие двух игроков | 2 | образовательно-обучающей направленности | ОРУ . Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – обводка четырех стоек – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Уметь** выполнять ведение мяча в движении. **Освоить** технику индивидуальной опеки игрока  **Уметь** играть в баскетбол | текущий | комплекс 2 | **Регулятивные::**. фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Познавательные-** выбор наиболее эффективных способов решения задач **Коммуникативные-** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы; *управление коммуникацией* |
| 35  36 | Тактика нападения быстрым прорывом  Развитие координационных способностей | 2 | образовательно-обучающей направленности | Упражнения для рук и плечевого пояса. Челночный бег с ведением и без ведения мяча. В парах передача набивного мяча. Игровые задания: 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Учебная игра по правилам мини-баскетбола СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Уметь** играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия. **Освоить** технические действия игрока на площадке  **Уметь** применять в игре защитные действия | текущий  оперативный | Подъем ног с медленным опусканием в упоре сидя 16 раз | **Регулятивные::**. фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Познавательные-** выбор наиболее эффективных способов решения задач **Коммуникативные-** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы; *управление коммуникацией* |
| Волейбол -11часов | | | | | | | | |
| 55 | Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек | 1 | образовательно-познавательной деятельности | Инструктаж Т.Б. по волейболу. ОРУ. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения) Эстафеты, игровые упражнения. Повторение ранее пройденного материала. Терминология избранной игры, правило и организация избранной игры.  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Знать** технику безопасности по волейболу .Правила игры в волейбол **Научится** правильно выполнять стойку волейболиста. **Научиться** технике набрасывание мяча над собой и технике приема и передачи мяча сверху | текущий | учебник»Физическая культура 5-6-7класс М.Я .Виленскийстр.127  Упор присев – упор лежа 14-16 раз | **Личностные-** самоопределение  **Регулятивные-** волевая саморегуляция в ситуации затруднения  **Познавательные-**использование знаково-символических средств  **Коммуникативные-**  планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками, аргументация своего мнения и позиции в коммуникации . |
| 56  57 | Техника приема и передач мяча. | 2 | образовательно-обучающей направленности | ОРУ. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Имитация передачи мяча на месте и после перемещения вперед двумя руками; освоение расположения кистей и пальцев рук на мяче; передача мяча над собой; то же через сетку, передача сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед в парах. Передача мяча в стену: в движении, перемещаясь вправо, влево приставным шагом; передач мяча в парах: встречная, над собой – партнеру; передача мяча в парах через сетку; прием и передача мяча снизу двумя руками: а) в парах с набрасыванием партнером; б) у стены над собой; в) сочетание верхней и нижней передачи в парах. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. | **Научиться** технике набрасывание мяча над собой и технике приема и передачи мяча сверху.  **Уметь** играть в волейбол(пионербол | оперативный  текущий | Подъем прямых ног и рук из положения лежа на животе 14-16 раз | **Личностные-**смыслообразование  **Регулятивные-** волевая саморегуляция в ситуации затруднения  **Познавательные-** использование знаково-символических средств  **Коммуникативные:** планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками |
| 58  59 | Техника нижней прямой подачи мяча. | 2 | образовательно-обучающей направленности | ОРУ. Нижняя прямая подача мяча: подача мяча в стену; подача мяча в парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку . Учебная игра  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Научится** технике приема и передачи мяча, и технике прямой нижней подачи  **Уметь** выполнять нижнюю прямую подачу  **Уметь** играть в волейбол(пионербол) | текущий | Прыжок с подтягиванием колен к груди 14-16 раз | **Личностные-**смыслообразование  **Регулятивные-** волевая саморегуляция в ситуации затруднения  **Познавательные-** использование знаково-символических средств  **Коммуникативные:** планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками |
| 60  61 | Техника прямого нападающего удара | 2 | образовательно-тренировочной направленности  совершенствование | ОРУ. Верхняя прямая и нижняя подача. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером , разбег, прыжок и отталкивание (шаги по разметке, длина разбега 2 -4 м (3 шага); имитация замаха и удара кистью по мячу; бросок теннисного мяча через сетку в прыжке с разбега; прямой н/у после подбрасывания мяча .Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Освоить** технику прямого нападающего удара  **Уметь** играть в волейбол(пионербол) | текущий | Подъем с касанием руками пола из положения лежа на животе, руки соединены за спиной, ноги на ширине плеч, 14-16 раз.  комплекс №4 | **Личностные:** смыслообразование  **Регулятивные:** фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Коммуникативные-** планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками |
| 62  63 | Развитие координационных способностей. | 2 | комплексный | ОРУ. Упражнения по овладению и совершенствованию в технике, бег с изменением направления, скорости, челночный бег с ведением и без ведения мяча, метание, жонглирование. Прием и передача. Нижняя подача мяча. Игровые задания с ограниченным числом игроков (2:1,3:1, 2 : 2, 3 : 2, 3 : 3) и на укороченных площадках. Учебная игра по упрощенным правилам СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Научиться** развивать координационные способности по средствам ОРУ. **Уметь** играть в волейбол(пионербол) | текущий | комплекс №4  Поднимание туловища с касанием локтями коленей14-16 раз. | **Регулятивные::**. фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Познавательные-** выбор наиболее эффективных способов решения задач **Коммуникативные-** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы; *управление коммуникацией* |
| 64  65 | Тактика свободного нападения. | 2 | образовательно-обучающей направленности  комплексный | ОРУ. Прием и передача. Нижняя подача мяча. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение с изменения позиций игроков . Броски набивного мяча через голову в парах. Прыжки с доставанием подвешенных предметов рукой. Учебная игра.  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Уметь** играть в волейбол, выполнять правильно тактические действия | текущий | комплекс №4 | **Регулятивные::**. фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Познавательные-** выбор наиболее эффективных способов решения задач **Коммуникативные-** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы; *управление коммуникацией* |
| Футбол -7час | | | | | | | | |
| 66 | Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек. | 1 | образовательно-тренировочной направленности | Инструктаж Т/Б по футболу. ОРУ. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений (шагом, приставным шагом, скрестным шагом, двойным шагом, бегом, скачком, прыжком, падением). Развитие координационных способностей. Правила игры в футболе.  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Знать** технику безопасности  **Знать** правила игры в футбол  .**Уметь** выполнять технику передвижений, остановок, поворотов | текущий | учебник»Физическая культура 5-6-7класс М.Я .Виленскийстр133  Отжимание от пола 18-20 раз | **Личностные-** самоопределение  **Регулятивные-** волевая саморегуляция в ситуации затруднения  **Познавательные-**использование знаково-символических средств  **Коммуникативные-**  планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками, аргументация своего мнения и позиции в коммуникации |
| 67 | Техника ударов по мячу и остановок мяча | 1 | образовательно-обучающей направленности | ОРУ. Специальные беговые упражнения. Удар по катящему мячу внутренней частью подъёма, по неподвижному мячу внешней частью подъема. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Учебная игра.  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Уметь** выполнять вбрасывание мяча **Освоить** технику выполнения упражнений | текущий | учебник»Физическая культура 5-6-7класс М.Я .Виленский стр.132 | **Личностные-**смыслообразование  **Регулятивные-** волевая саморегуляция в ситуации затруднения  **Познавательные-** использование знаково-символических средств  **Коммуникативные:** планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками |
| 68 | Техника ведения мяча | 1 | образовательно-обучающей направленности | ОРУ. Специальные беговые упражнения. Ведение по прямой с изменением направления и скорости ведения ведущей и не ведущей ногой с пассивным сопротивлением защитника. Учебная игра.  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Уметь** выполнять ведение мяча **Освоить** технику выполнения упражнений  **Уметь** играть в футбол по правилам, выполнять правильно технические действия | текущий | комплекс №4  Прыжки через скакалку 90-110 раз | **Личностные-** смыслообразование **Регулятивные-**фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Познавательные-**целеполагание **Коммуникативные-**  аргументация своего мнения и позиции в коммуникации |
| 69 | Техника ударов по воротам | 1 | образовательно-обучающей направленности | ОРУ. Специальные беговые упражнения. Удары по воротам указанным способом на точность попадания мяча в цель. Учебная игра.  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Уметь** выполнять удары по воротам. **Освоить** технику выполнения упражнений  **Уметь** играть в футбол по правилам, выполнять правильно технические действия | текущий | комплекс №4 | **Личностные:** смыслообразование  **Регулятивные:** фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Коммуникативные-** планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками |
| 70 | Техника индивидуальной защиты | 1 | образовательно-обучающей направленности | ОРУ. Специальные беговые упражнения. Перехват и выбивание мяча. Игра вратаря. Учебная игра.  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Научиться** развивать координационные способности по средствам ОРУ **Уметь** выполнять перехват и выбивание мяча. **Научиться играть** Д – перестрелка, М – футбол. | текущий | комплекс №4 | **Регулятивные::**. фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Познавательные-** выбор наиболее эффективных способов решения задач **Коммуникативные-** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы; *управление коммуникацией* |
| 71 | Совершенствование тактики игры | 1 | образовательно-тренировочной направленности | ОРУ. Специальные беговые упражнения. Тактика свободного нападения. Позиционные нападения с изменением позиций. Нападение в игровых заданиях 3:1,3:2,3:3,2:1 с атакой и без атаки ворот СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Освоить** технику выполнения упражнений  **Уметь** играть в футбол по правилам, выполнять правильно технические действия | текущий | комплекс №4  Касание перекладины ногами из виса мальчики прямыми ногами, девочки- подъем согнутых ног 6-8 раз. | **Регулятивные::**. фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Познавательные-** выбор наиболее эффективных способов решения задач **Коммуникативные-** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы; *управление коммуникацией* |
| 72 | Тактические действия групповые ,командные Комплексное развитие психомоторных способностей | 1 | комплексный | ОРУ . Специальные беговые упражнения. Взаимодействие 2,3игроков Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игры и игровые задания 2:1,3:1,3:2,3:3.  СМГ- то же(учитывая рекомендации врача) | **Научиться** развивать координационные способности по средствам ОРУ. **Уметь** играть Д – перестрелка, М – футбол. | текущий | комплекс №4 | **Регулятивные::**. фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии оценка **Познавательные-** выбор наиболее эффективных способов решения задач **Коммуникативные-** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы; *управление коммуникацией* |